

大沢

かつて捕鯨の基地があった大沢地区は、沿岸漁業やカキ、ホタテガイなどの養殖漁業の拠点として発展してきた。津波は山田湾の北側に面した市街地に押し寄せ、全住宅のほぼ7割に当たる530戸が被災、130人以上が犠牲になった。地区の防潮堤は東側が海拔6.6メートルの高さがあったが、西側は未完成で同4メートルと低かったため、町中に流れ込んだ津波の勢いの強かったと思われる西側でより多くの被害を出した。住民らは高台の大沢小学校などに避難、電気や水道のライフラインが断たれる中、沢の水を汲んで炊き出しをするなどして助け合った。



地図内の■は津波の浸水範囲

※地図データは震災前のもので、地区名・施設名などが手記中に登場します。

死者・行方不明者	133人
震災前の人口	2,231人
全半壊家屋	504戸
被災家屋の割合	69%

山田中学校1年「当時・大沢小学校4年」白野虹歩にじほ

あの日、私は小学校の4年生だった。大津波は、私の町の大切なものを一瞬にして奪っていった。

私たちは文集にのせる作文を書いていた。4年生19人。いつも通りの教室だった。午後2時40分。大きな地鳴りが聞こえた。誰かが、「地震だ」と言った。私はあわてて机の下に隠れた。長い、長い地震。揺れはどんどん大きくなる。ロッカーからランドセルが落ちた。「やっと終わった」と思い、紅白帽子をかぶり、校庭に出るため並ぼうとした。その時、また揺れが起こった。みんな、机に戻った。大きな揺れが続いた。「もう止まらないんじゃないか」と思った。怖くて、怖くて、たまらなかった。

揺れは収まった。みんなで校庭に出た。するとサイレンが鳴った。「大津波警報が発令されました」。大変なことになったと思った。みんなで校庭に座っていた。何度も、何度もサイレンが鳴っていた。白い建物が動いているのが見えた。「あれは津波なのか?」。信じられなかった。私の家は、家族は、おばあちゃんは無事なのか、不安だった。

夜は学校に泊まった。大沢小学校は避難所になった。地域の方がお米を持って来て、家庭科室の鍋を使い、おにぎりを作ってくださいました。こげて、固くなったおにぎりを、ゆっくり食べた。毛布を持って来てくださった人もいて、4人ぐらいで1枚の毛布をかけて寝ようとした。でも余震が何度も起こり、2時間ぐらいいしか寝られなかった。

私の家と家族は無事だったが、私が10年間暮らしてきた町は、すっかり変わってしまった。学校生活も変わってしまった。19人いた私の学級は5人が転校し、14人になってしまった。家では、津波で家をなくしたおばあちゃんたちも一緒に暮らすことになった。

新学期が始まった。学校は、避難所や赤十字の活動場所、物資置き場として使われていた。また、毎日のように支援物資をもらった。夏休みが終わると、転校した人が1人もどって来た。2月にはもう1人もどって来た。

小学校最後の年、6年生を16人でスタート。「仲間と協力し合い何でも挑戦する6年生」を目標とし、最後の小学校生活を笑顔で送ることができた。震災が起きたばかりの時は、これからどうなるのか、何も分からなかったけれど、無事卒業できて本当に良かった。

東日本大震災は、多くの命や家、大切な物を奪い、大きな傷跡を残した。悲しく、つらい思い出ではあるけれど、命の大切さ、感謝する心を教えてくれた。この震災を、私は絶対に忘れない。命を落とした人の分まで精いっぱい生きたい。

山田中学校1年「当時・大沢小学校4年」 福士友梨佳

私はあの日、いつも通り学校に登校した。普通にみんなと一緒に楽しく過ごしていた。私たちは、その時、4年生の文集を書いていた。ガタガタと、地鳴りと共に地面が大きく揺れ始めた。教室では「世界が終わった」と言う人もいた。私は泣いた。死ぬんだとその瞬間思った。でも、必死に頑張って避難先の校庭にいた。そうしたら、お父さんが来た。少し安心して泣いてしまった。だが、お母さんの安否が分からず不安もあった。

おじいちゃんは、屋根の上にいた。「早くお母さんに会いたい」と思っで一晩過ごした。寒くて不安がいつばい。どんどん疲れがたまっていった。受け止められない現実。現実から逃げたくなる。でもこれは現実。現実を受け止めなければならぬことは分かっていた。

次の日、お母さんが大沢小に来て会うことができた。すごく安心した。だが、私には、もう一人大事な人がいた。おじいちゃんの安否がまだ分からなかった。生きていればいいと願う反面、亡くなっているのでは……という不安もあった。でも、きつとどこかで生きている。そう信じながら一日一日を過ごしていた。

震災から5日くらいだったか、おじいちゃんが来てこう言った。「おじいちゃんが見つかった。

遺体で」。その言葉を聞いた瞬間、ぞっとした。怖かった。どうしていいか分からなかった。受け止められなくて、泣いた。ずっと泣いていた。火葬や葬式には出られなかった。悲しくて、悲しくて……。生きているのが少し怖くて苦しかった。そういう時期もあった。

でも、生きられたことが運か奇跡だと思って、亡くなった人の分まで命を無駄にせず、大事に生きていかなければならない。おじいちゃんの亡くなったこと。宮城県の大川小学校の皆さんのこと。犠牲になった方のことを思うだけで胸がいっぱいになった。しっかり前を見て進んでいかなければならぬ。自分の気持ちが崩れ落ちそうになったこともあったけれど、自分にそう言い聞かせてやってきた。

友達が生きていて幸せ。みんなと楽しく過ごせて幸せ。この命を何よりも大切にしてい、いろいろな事を乗り越え、「絆」という言葉を一人一人が忘れず生きていきたい。何があってもみんな協力すればどうにかなる。私が震災で学んだことである。

人は、生きていくことだけで幸せ。さらにみんながいることで幸せ。震災の事は、世界中のみなさんにも忘れないでほしいし、「生きてるって幸せ」と感じてほしい。

山田中学校2年「当時・大沢小学校5年」伊藤 徹

その日のことは、絶対に忘れられない。「ガタガタ」。大きな音と共に学校が揺れだした。大津波警報が発令され、みんなで校舎を離れた。校庭に避難した。

しばらくして、とても大きな濁流が見えた。津波だ、見に行ったらだめだ、と先生に言われた。だが、被害の状態を自分の目で見たかった。フェンス越しに大沢の町を見た。そうしたら大きな波と共に家や車などがれきが山のほうに押し流されていくのが見えた。波が引いた後、また町を見に行った。いっぱい立っていたはずの建物がなくなっていた。その日の夜はほとんど寝られなかった。余震が続いていた。山田の方で火がついているのが見えた。大きな、大きな火だった。ラジオで被害の状況を放送していた。

次の日の朝起きて、冷たい山の水で顔を洗った。そしておにぎりを食べた。いろんな所から、支援物資の食べ物や、応援の手紙が届いた。外国からもメッセージが届いた。こんなにも僕たちの事を思ってくれている人たちがいるんだなと思った。とてもうれしかった。

あの日は、絶対に忘れない、もう二度とこんなことが起きてほしくない。でも、そう思っても起きるだろう。昔は、こういう事があったんだよって語っていかねければならないと思う。

「地震が来たら高い所に逃げろ。自分の身は自分で守れ」。少しでも悲しむ人を少なくするために。

次の世代に伝える

【大沢】 4

山田中学校2年「当時・大沢小学校5年」古久保優希菜

あの日、私は高台にある小学校にいた。午後2時46分、ガタガタガタと強い揺れ。地震だ！素早く机の下にもぐり込んだ。揺れは長く続いた。その後、外へ避難。恐怖のあまり泣いている人もいて、みんな不安そうだった。

高台から海を見たら波が引いている……。 「津波が来るぞー」と誰かの声があった。バアツと鳥がいつせいに飛び立った。しばらくしてザーザーと波の音がした。ゴーゴーと黒い波が次々と家を押し流していく。その光景を見て信じられなくて、言葉を失った。

その日は学校に泊まる。停電だし、水は出ない。夕飯はおにぎり1個。毛布も足りず寒かった。山田の中心部の空は赤く、何が起きているのだろうか？ 家族は無事なのか？ いろいろ考えると急に不安になった。余震と寒さでふるえが止まらなかった。

がれきだらけの変わり果てた町、日に日に増える犠牲者の数、あまりに衝撃が大きすぎて、こ

れが現実か？ 夢であってほしいと何度思ったことか……。

当たり前の日常が一瞬で消え去り、不安な日々の中、世界中の方々からたくさん支援をいただいた。涙が出るほどうれしかった。支えてくれる、助けてくれる人たちがいることに感激し、勇気づけられ、前向きになれた。感謝の気持ちを強く持つことができた。

あの日から2年10カ月。当時小学5年生だった私は現在中学2年生になり、学校生活や部活で充実した毎日を送っている。当たり前の生活ができることはとても幸せなことだと思う。

しかし、いまだに仮設住宅で暮らしている人たち、仮設店舗で営業している人たちが大勢いる。土台だけになった町並みはあの日のまま。復興にはまだまだ時間がかかるのだろう。

テレビや新聞でも震災の事があまり報道されなくなると、世の中の人たちの記憶はどんどん薄れていくと思う。震災を経験した私たちにできることは、次の世代に津波の恐ろしさを伝えることだと思う。

山田の町が一日も早く復興し、前より安心して暮らせるよう心から願っている。

津波の悲しみと再会の喜び

【大沢】 5

山田中学校2年「当時・大沢小学校5年」箱石瑛己^{えいき}

平成23年3月11日は、私の祖父の70歳の誕生日でした。その日はお祝いでお寿司やケーキが食べられると思い、いつもより上機嫌で大沢小学校に登校しました。私はいつも通り授業を受けていましたが、午後2時46分、大きな地鳴りと共に大きな地震がやってきました。私たちは机の下に隠れ、揺れが収まってから校庭に避難しました。

校庭には近所の人たちがたくさん避難していました。間もなく海の方から、煙と共に大きな津波が押し寄せてきました。車や家のみ込む、大きな、大きな津波でした。それを見ていた小学生や近所の人は泣き叫んでいました。私の家は海の近くにあるので、津波に確実にのみ込まれたと分かりました。しかし、家にいたはずの祖父と祖母は避難して来た人たちの中にはいませんでした。私は祖父と祖母は助からなかったかもしれないと思いました。みんなの前では不安なそぶりを見せず、毅然とした態度を装っていました。その日の夜は、みんなでろうそくの火で過ごしました。

次の日の朝、大沢の町は、無惨な姿になっていました。やっぱり祖父と祖母はいませんでした。ほとんどあきらめていた時、祖父と祖母と父が私をさがして小学校にきました。私は祖父に

思わず「死んだと思ったじゃないか」と言いました。無事でいてくれて、とてもうれしかったです。地震があった日、山田で働いていた父が家に戻り、避難しようとした時に津波が来て祖父祖母は家の屋上に逃げたそうです。幸いにも家が鉄骨で造られていたので、家は流されず助かったそうです。3人はその場で一晚を過ごし、明るくなってから私をさがしに来てくれたということでした。

兄は中学校にいて、母は宮古の職場で避難し、無事でした。姉は盛岡にいましたし、家族全員無事で、本当に良かったです。

今は家を直し、家族全員で暮らしています。今でも津波が来た時の悲しみ、父、祖父、祖母に再会できた時の喜びを忘れることができません。

二度とこのようなことがないことを願い、家族がバラバラにならないように、地震が来たら必ず避難することを家族で約束にしています。

保育士になって役立ちたい

【大沢】 6

山田高校3年「当時・山田中学校3年」若江ひかり

震災当時、私は中学3年生でした。午後2時46分に大きな地震を感じました。体育館に移動す

ると、近所の方々も避難してきました。すぐ帰れると思っていましたが、津波が山田町を襲ったと聞いた時は真実だと実感できませんでした。山田中学校に火事が迫っていると聞き、山田高校に行き、夜を過ごしました。とても寒く、毛布も足りず、暗幕も使い、みんなで丸くなって過ごしました。次の日、周りの友達は親が迎えに来て、帰っていく姿を見て、私の家族は無事なのかと思い、不安でいっぱいでした。次女の姉と長女の旦那さんが迎えに来てくれて、家族は無事だと聞いた時はほっとしました。

大沢へ戻った時、私は腰が抜けてしまいました。どこを見回しても、何一つ跡形もなくなっていました。慣れない小学校での生活は毎日がつらかったです。一日でも早くここから抜け出したいと、毎日のように考えていました。食べ物もあまり配給されず、狭い空間での生活は、今までに経験したことがありませんでした。当時、甥は3歳で小さく、母はぜんそくで薬もなく、空気の悪い中で暮らし、夜は眠れなかったそうです。少しでも安眠できるように、姉たちと家を探しに行きました。山田には借りられる家もなく、宮古まで行きましたが全然なく、一カ月かかってやっと借家を見つけることができました。

当時中学3年生で受験は終わっていたものの、可否を知ることができず、卒業式にも出席できませんでした。周りからの情報で、山田高校に合格しているのを知りました。あれからもう3年、親の車で宮古から山田まで送ってもらったり、バスで通ったりしました。家族にはいろいろと迷惑を掛けてきました。あと数カ月で高校生活も終わります。進路は青森の短大に決まりまし

た。保育士になれるように2年間、がんばっていきたいと思います。そして、山田に帰ってき、山田の保育園でたくさんの子どもたちの面倒を見ていきたいです。復興は何十年とかかると思いますが、山田町に戻れることを望んでいます。私も復興の担い手の一人として役立ちたいと思います。

教訓伝え、未来につなげる

【大沢】

7

大沢婦人会長 大川ヒメ子（68歳）

大好きな山田の海。美しい山田湾は養殖漁業が盛んで、宝に恵まれた豊かな海だ。けれども、自然は宝や恵みだけでなく、時として大きな脅威をもたらすということを身をもって知った。

あの日、体操教室に参加中に大きな地震に遭った。会場のふるさとセンターの天井は大きな音がして剥がれ落ち、ほこりが舞い、視界も悪く、咳き込んだ。このまま建物の下敷きになって死ぬのかと恐怖を感じた。今までに経験したことのない大地震。これは大津波が来ると思って、自宅に急いで戻った。体操教室の参加者十数人も走り去った。

常備しておいた防災リュックを背負い、仏様を手提げに入れ、靴下、帽子、防寒着を着て、長靴を履き、高台の途中（わが家の倉庫がある場所）まで避難した。

夫は車2台を自宅の方から倉庫付近に置いて、家の方へ走って行った。あの時、「行かないで」と止めなかったことが今でも悔やまれる。夕方になって、がれきの中から助け出されたが大げあをしていた。

小学生の孫は学校で全員保護してください、安心した。学校の先生方が夜も子供たちを見守ってくださいとお陰で一人の犠牲者もなく、感謝の気持ちでいっぱいだ。中学生の孫たちも、学校は高台だけれど火災から逃れ、山田高校に集団で移動したそうだと情報があり、ほっとした。

私と娘が倉庫に避難している時、明治の津波も昭和の津波もここまでは来なかったと声が聞こえたので安心していった。しかし、車2台や倉庫も流されたり、壊されたりした。

海岸の方から男の人が叫びながら来た。「津波だー、逃げろー」。防災行政無線は「大津波警報発令、高台へ避難を」と繰り返し、ボー、ボーとサイレンが鳴る。

さあ、大変だ。私と娘は高台へ向かった。着いたら、バリバリバリと音がして、土ぼこりを巻き上げ、地上5メートル近い高さの防潮堤を越えて、黒くて高い波が襲ってきた。次々と数台の車をのみ込み、建物や住宅を押し流したり倒したりして、がれきの山ができた。海を見たら、相当重みのある養殖いかだが湾口から山田の方に向かって、高速道路の自動車のように猛スピードで一直線に走っていた。係留されていた船も舳むなが切れ、流されたり、ひっくり返って海中に消えたり、その様子は映画の世界か、夢のようだ。夢であればいいと思った。

一緒に津波を見ていた人たちは、声も出せずに口に手を当てたままの人、「あーっ、何だあ、

こりゃー」と叫ぶ人、「あーっ、俺の家が流されだー」と悲鳴を上げる人、ただただ泣いている人……、様々だった。

「今までの津波は波が引いてから次の波が押し寄せたものだが、今回は押し波が引かないうちに次の押し波がどんどん来たので、波が高くなって被害も大きくなったんだろう」。長老さんたちはこう言っていた。

夫は、大けがをして寒さのためふるふる震えている。手の指の爪は2枚剥がれ、血が止まらない。血圧は下るし、顔色もどす黒い。生きるか、死ぬかの不安の中、私と娘は小学校避難所へ移動した。

夜、たびたび来る余震と、山田の街の空を赤く染める火災の炎におののいた。時々響く爆発音も恐かった。誰も無言だった。家族の安否を尋ねる声も聞こえた。まんじりともせず朝になり、波にのまれた方々の悲報が届く。苦しく悔しかっただろう。残念だ。御冥福をお祈りする。

震災直後、衣食住の支援物資の供給があり、ボランティア、赤十字医療チーム、自衛隊、警察、地元の消防団の方々に本当に助けられた。心から感謝を申し上げる。

津波はどのようにしてやって来たのか。人間の生死を分けたのは何だったのか。海に育てられ、共に生活している私たちは、今後も多かれ少なかれ、津波と付き合っていかなければならない。「大地震の後には必ず大津波が来る」。とにかく安全な高台に、「てんでんこ」でもいい、避難することを防災の教訓として語り伝えていきたいと思う。

震災から2年がたち、泣いてばかりもいられない。暗い夜道に電灯がつき、信号も整備され、がれきもほとんど片づけられた。商店街や水産物加工業も復活、海の養殖施設も復旧し漁船も増えた。街には少しづつ活気が戻っている。地域住民も行政も復興に向けてがんばっている。だから復興の形を早く見たい。長い目で見た時、この大震災も、きっと未来の発展につながっていくと信じている。

民生児童委員の私が心掛けたこと

【大沢】 8

山田町民生委員児童委員協議会大沢地区会長 中村きのの (64歳)

地震が起きた時、民生委員・児童委員の私は大沢保育園で会議をしておりました。ものすごい揺れで、立っていられません。机の引き出しは外れ、いすは転がり、夢中で外に飛び出しました。2度目の地震で、これはただごとではないと思いました。小さいころから、大地震の後には津波が来ると聞いていたからです。

家に帰りましょう、と皆さんに話しました。帰る途中、道路に人影はなく、網戸などが倒れていました。家の近くに來たら、近所の人たちが道路に出ておりました。私の家は高台にあったので、皆さんが避難していたのです。家に着き、実家の母が一人暮らしなので見に行きました。妹

の夫がいきました。宮古の会社から大浦の家に帰る途中に寄った、ということでした。今から家に帰るといふのを、海のそばを通るのは危険だと制止しました。母を連れて大沢小学校に避難するようにお願いしました。私は家に戻り、大事な物をリュックサックに入れて外に出ました。近所の人たちと、ガスの元栓を止めようと話し合いました。

ものすごい音がして、国道を車と家が並んで走っているのが見えました。一瞬、訳が分からなくなりしました。誰かが「津波だ」と叫びました。高齢者や車いすの人たちを学校に避難させるように呼び掛けました。津波は、1波、2波が高いと聞いていたからです。学校に着くと、校庭や教室にたくさんの方がおりました。先生にお会いし、今何が必要ですかと尋ねました。ろうそく、トイレットペーパーなどでした。ペットボトル、食事の準備も必要です、近所の人たちに声を掛け、品物を集めて学校に持っていきましました。幸い、私の地区は沢水が流れていたので、ペットボトルに水を入れ、おにぎりともそ汁を作りました。

それから10日間ほどは毎日、三度の食事作りでした。その間、地区の民生児童委員の会長の死亡、弟の行方不明などを知りました。私は、今自分ができることをしようと思いました。避難所はいろいろな人たちの集まりでした。ある高齢者がストレスで様子がおかしいと看護師さんから相談されたり、精神科に通院していた人が家に帰りたいと言って泣き出したり、心臓の薬を飲んでいたら人が不安になったりと大変でした。一方、在宅の時は他人と話すのを嫌っていた高齢者が誰とでも話すようになったり、紙おむつを使用していた人がトイレに杖をついて行けるようにな

ったりと、うれしい事もありました。

食事作りも避難している人たちで交代できるように話し合いました。その後、班を作り、掃除、食事作りなどを交代でするようになったということでした。短い期間でしたが、毎日が忙しく、食事を取るのも忘れるほどでした。地域の人たちや学校の先生など、多くの人たちにさまざまな経験をさせていただきました。

民生児童委員としての活動を優先し、自分の家は後回しでした。福祉に携わる多くの人たちが、毎日そんな気持ちで過ごしたのではないのでしょうか。家族、地域の人たちに支えられ、感謝の気持ちでいっぱいです。

傾聴ボランティア、民生委員児童委員協議会の仲間、いろいろな人たちに、お世話になりました。「民生児童委員だからといって一生懸命頑張らなくていいんですよ。災害後、私たちがすることはいっぱいあるんですよ。ちょっと肩の力を抜いてやりましょう」。支えてくださった人たちの忘れられない言葉です。

人間は、支えたり、支えられたりして生きていくことを実感しました。「津波は、てんでんこ」。昔の人の言葉がよみがえります。私は、生かされている。今は少しずつ前進できるように、頑張りたい。突然、亡くなった多くの人たちのためにも、毎日を悔いのないように生きてい。そんな自分になれたらいいな、と思いつながら暮らしています。

中村ふさ(64歳)

何千年に一度といわれる未曾有の災害に、まさか生きている間に見舞われるとは想像だにしませんでした。私たち夫婦もまさに九死に一生を得る体験をしました。

あの日、私たちは「宮古湾温泉マース」(宮古市金浜、閉鎖)にいました。ロビーでくつろいでいたら突然の揺れ、いつもの感じで受け止めていました。が、揺れはますます激しくなり、室内のあらゆる物が大きな音を立て、人々は右往左往するばかり。ほどなく、明るかった館内も電気が消え暗くなりました。皆家路を急ごうとレジに殺到するもレジが作動せず、パニック状態でした。

入口付近にいた私たちは急いで車に乗り、余震が続く中、家へ向かいました。国道はまだ比較的すいていて、行き交う車は皆、先を急いでスピードを上げていました。

大沢に入ると、大部分の人が避難した様子で人影もなく、異様な静けさに不気味な感じがしました。消防車だけが何度も避難を呼び掛け、事の重大さに緊張感を覚えました。マースから20分ほどで家に着くと、家の中は棚の物が落ちたり、トイレのストッカーが倒れ、ドアが開かなかつたりで、地震の大きさがうかがえました。

夫は、定置網の船を冲出ししようと急いで家から飛び出してきました。私は落ちた物を片付けたが、地震が大きかったから津波は来るだろうが、堤防を越えて来ることはないだろう。ラジオでも3メートルとか5メートルと言っているし、夕方には家に帰って来られるだろう」と思っていました。気付くと地震から25分もたっていました。

こうしてはいられないと急いで外に出たら、近所のおばあさんが、若夫婦が出掛けて帰っていないと心配そうにウロウロしていました。おばあさんの家は海から60メートルくらいの所にありました。

とりあえず海の見える縁側に腰掛けることにしました。堤防の辺りにもう、6人の男の人たちが沖の方を眺めていました。腰掛けて間もなく、2、3分たつたくらいでしょうか。ゴゴゴと今まで聞いたことのないすごい轟音を立てて、津波が堤防を越えて来たのです。「おばあさん、津波だ」。おばあさんは目が悪く何が何だか分からないようでしたが、私はとっさに手を取り、「早く、早く」と言いながら、家の横の坂道を上へ上へと逃げました。

波が物を壊しながら迫って来ます。恐怖で足が動かず、ましてやおばあさんが気になって自分の思うように進めません。すると、そこへ1台の軽トラックが通りかかり「早く乗ったんせ(乗りなさい)」。荷台におばあさんを乗せ、私もへばり付きました。

助けてくれた男の人にお礼を言うと、安堵感とまだ覚めぬ恐怖感が交錯し、ぼうぜんとしてその場にしゃがみ込んでしまいました。

その日は、近所の人たちも含め10人くらいが近くの高台のお宅でお世話になりました。小雪の舞う寒い夜で余震におびえながら皆で身を寄せ合い、まんじりともせず一晚を過ごしました。

夜が明け、眼下に広がる想像を絶する惨状に驚愕しました。これが現実に起きた事とは、にわかには受け入れられませんでした。

夫は船の沖出しには間に合わず、堤防の上で海の方を見ていたら、海面が一気に盛り上がり、堤防を越える勢いで津波が迫って来たといいます。走って船主さん宅に逃げ込みましたが、1階、2階と波が押し寄せ、天井あたりにできたすき間から屋根にはい上がり、そのまま家ごと流されたそうです。運良く漁協の建物の所に流れ着き、夢中で履いていた長靴で窓ガラスを割り、中に逃げ込んで助かったと知らされました。

本当に私たちは運が良かったとしか言いようがありません。近所では親子、友人、親しくしていた夫婦も亡くなりました。数分数秒の行動が生死を分けました。生きたくても生きられなかった人たちの事を思うと胸が痛みます。

私はこの大震災で大切な事を学びました。海のそばにいながら素早く行動しなかったことを反省しました。想定外という言葉の数多く耳にしました。まさかと思うことも起こる。油断してはならぬこと。津波の教訓を絵空事のように思っていました。教訓の大切さを認識しました。

大丈夫だろうではなく、絶対大丈夫な所に避難する。一度避難したら二度と戻るな。欲捨てろ。いつかは来る宿命的な津波から命を守るための教訓を後世に語り継ぐことが、生き残った私た

ちの使命だと思います。

自分の道を探して歩む

【大沢】

10

寺本充子（68歳）

私にとって、あの東日本大震災の大津波は、一生忘れられぬ、つらく悲しい出来事です。夫と息子はそれぞれの職場に出勤し、私は病院で長兄が一時も目を離せない危篤状態だったので、兄妹で見守っていました。

病院の廊下にいる時、大地震が起きました。義姉を病室に残して大沢に戻り、高台にある集会所に行きました。たくさんの人たちが車で避難していました。その時、海が、大きな白壁と空が一緒になったように目に映りました。大津波です。自分の家の方を見たら建物が音もなく消えていました。その後の記憶は薄れています。

「炊き出しをしなければ」と思い、ふるさとセンターの台所に行きました。若い人たちが数人いて、ガスも水もないので山の沢水をくんでご飯を炊きました。ろうそくの明かりのそばで、小さなおにぎりを分け合って食べました。消防団の人たちは行方不明者の捜索に懸命でした。避難所の外では大きな火をたいて暖を取っていました。皆、無口です。一睡もせず明るくなって、ま

た朝食の準備です。南陽寺さんからお米などを頂き、大変ありがたく思いました。

夜になって、ふとわれに返り、家族のことを思い出しました。「夫は？ 息子はどうしたのかな？ ボランテアをしながら山田のどこかにいるだろう」と思っていました。夜遅く息子が訪ねてきて、手を取り合って喜びました。炊き出しはおにぎりを数百個作りました。

3日目の朝、夫を捜しに息子と山田の方へ行きました。ボランテアをしているだろうと思つて行った山田南小学校にはおらず、がれきの山を越え、道のない沢を下って、国道45号線近くの職場へ向かいました。夫は職場の鉄骨に挟まれて亡くなっていました。

まるで私と息子を待っていたかのようで、私はただ泣き崩れ、記憶を失いました。夫の遺体は息子に付き添われて警察へ行き、私は避難所に帰りました。

あの日から2年経ち、夫のことは忘れられません。毎日仏様に手を合わせています。3月には三回忌法要をして冥福を祈りました。今、私は皆様に励まされ、一步一步前進したり、後退したりの日々ですが、何とか自分の道を探して歩いていきます。自分のため、自分を少しでも必要とする方のために歩いていこうと思います。

今度の震災で「自分のことは自分で守らなければ」と一人一人が思うことが大切だと感じました。

「明日へ向かって」第2集

つらくても生きてこそ

【大沢】

11

中嶋るみ子（64歳）

あの日、浜川目の自宅で激しい揺れに驚いて外に出た。近所の方々も集まってきており、町の職員だった私は「津波が来る」と感じて、皆さんを避難誘導した。海の方を見ると、すでに津波が防潮堤を越えようとしていた。「危ない」。小高い場所に逃げてホッと一息ついていると、「あっ」という間もなく背後から波にのまれた。耳がキーンと鳴った。押し流された。どれぐらい流されただろうか。長い時間ではなかった気がする。手を伸ばしたら木のような物に触れてつかまった。家が流れてきて挟まった。痛くなかった。何度も何度も水を、いや、泥を飲んだ。「このまま死ぬんだな」と思った。時々意識が薄れていく。家族のことが頭をよぎっては消え、浮かぶ。多分叫んだと思うが、声にならなかった。

水が引き、気が付くと夫に助け上げられていた。右手首の骨が折れ、右ひざの靭帯じんたいを損傷、右耳にも木片が突き刺さっていた。

あの日から2年4カ月。3回目の誕生日を今日、7月11日に迎えた。今は住み慣れた大沢を離れて、隣の地区に住んでいる。夢に見るのは、古いけれども思い出のいっぱい詰まったあの懐かしい海の見える家。たくさんの方の手を借りて生きることができた。感謝しても感謝し切れない。

あれから3カ所の病院に通って、歩けるようになった。自力で歩ける喜びをかみしめている。機会があつてご詠歌の仲間数人で四国参りをした。震災の後だからこそみんなで行く気になったのかもしれない。車中、思い思いの事を話し、涙を流したりし、震災後、初めて大声で笑った。生きたくても生きることができなかつたたくさんの方々を思い、四国のご詠歌大会に参加した。私たちのお唱えが、法の道まで届けばと、心を込めて詠った。私たちも心一つにできた瞬間だつたと思つている。

わが家にこの秋、初孫が生まれる。この苦しい時代に生まれてくる子に幸あれと、願わずにはられない。生かしていただいた。生きてこそやらなければならぬ事がある。

次の世代を担う若者たちや孫たちには遭遇させたくないが、必ずや来るだろう大津波のことを教え、語り継いでいかなければならない。

各地で色々な取り組みが伝えられている。踊りや歌で伝えている市、語り部を養成してガイドをしている市町村、様々な取り組みに感謝しつつ、自分も何かしら教え、伝えることに参加できればと思つている。まだまだ心の傷は癒えず、苦しくつらい日もあるが、これもまた生きていく証し。

最後になりましたが、ご支援下さった方々、ありがとうございます。復興への道のりは遠いですが、どうぞ、最後まで見守つていただければ幸いです。

「明日へ向かつて」第2集

不安と寒さに震えた夜

【大沢】

12

箱石初代（67歳）

あの日、近所の家の法事でご詠歌を唱え、玄関前で大きな地震に遭つた。立っていられず木につかまる。電線は揺れ、地面はひび割れるようで、「早く逃げて」という声を聞いて、車で自宅に戻つた。途中、自転車をこぐ人、足早に走る人たちが「3メートルの津波が来るぞ」と叫んでいた。

千年に一度の津波が襲来する寸前のことなのに、私は家に着くと、まず先祖のお位牌をこたつの上に出し、仏壇のこぼれた水を拭き、散らばつた茶筴ちゃだんすの中を片付けていた。その時、娘が来て「早く逃げて。大きい津波だつてよ」と言う。今思えば、着物姿でも何でも格好はどうでもいいから、あの時、娘の車に乗れば良かったと後悔する。

着物を脱ぎ始めた時、海岸の方から異常な音がするので、見ると津波だつた。

上着だけを持ち2階に上がる。よその家が流れてきて、大きな音と共にぶつかる。ガラスは割れ、水しぶきが天井まで跳ねた。海水がどんどん入り、畳が持ち上がり居場所がない。押し入れの上の天袋に上ろうと思ひ布団を積んで、無我夢中ではい上がる。危機一髪だつた。真つ暗な中、不安と寒さに震え、恐怖の一夜を過ごした。

夜明けに「おーい、おーい」と声がした。「ここ、ここ」と叫んで、窓から外を見たが、誰もいなかった。

家は200メートルくらい流されたのか。船が流れて来て車はひっくり返り、がれきの山ができていた。変わり果てた大沢の町を見て涙が出た。2階はヘドロや色々な物が流れ着き、その中から新しいマジックペンを見つけた。孫の服に「助けて、2階にいます」と書いて屋根につるしたが、ヘリコプターも気付かなかった。

自力で脱出する覚悟で息子のブーツを見つけ、シーツを身体に巻いて窓から一步踏み出した。がれきの山の上で、漁網やロープが何本も絡まり大変だった。消防隊員がいて、避難所まで案内された。「助かった」と思った瞬間だった。会う人ごとに「娘さんが捜していたよ」と言われた。多数の死者と行方不明者の安否を聞き、一喜一憂した。

大沢小学校の避難生活では、たくさんの支援物資と善意の人たちの好意を頂き、感謝に堪えません。ありがとうございます。

「明日へ向かって」第2集

避難所で心の交流

【大沢】

13

福士鷹子（75歳）

あの時、私は大沢地区の健康体操教室が午後1時からふるさとセンターの2階で開催されたので、近所の友達と参加していました。

運動中に突然ものすごい地鳴りと共に地震が発生しました。揺れはだんだん大きくなり、建物が壊れるのではないかと思いました。天井から落下する物、壁に沿って積んであった机が崩れ、室内はほこりが舞い、息も苦しくなりました。どこが安全か、ただただ逃げ場を探して走り回るばかりでした。揺れが少し収まった時、皆で1階に下りました。その後は「てんでんこ」に自分の家の方へ走ったと思います。

私は家の近くまで来た時には、胸が苦しくなり、歩くことも困難でした。十五、六分ぐらいは走ったと思います。玄関の前では夫が車を準備して待っていました。私が「茶の間の引き出しに財布と葉があるので取ってきてほしい」と頼むと、「テレビで大津波が来ると言っている。何にも要らないから早く車に乗って逃げるんだ」と怒鳴られ、慌てて何も持たずに逃げました。

もし、私があの時、強引な態度で行動していれば、2人とも危険に晒さらされていたかもしれません。今、その事を思うとゾーンとして胸が締め付けられ、しかってくれた夫に感謝しています。

私たちが避難場所にいると、遠くから消防団の人が大声で「大津波が来たぞー！ もっと高い所の上がれー！」と叫んでいるので、杉林の高い所に上がりました。中には腰を抜かしたのか歩けない人もいて、皆で腕を組んだり、後から押し上げたりしてどうにかたどり着くことができました。そこはまだ積雪が30センチくらい残っており、すぐに足が冷たくなりました。大きな余震が頻繁にあり、恐ろしくて皆でしがみついたりして、「この山も、どうにかなるのでは？」と心配になってきました。

下の方を見ると、さっき乗ってきた車が流されていき、建物の屋根などが次々と流されて来ます。「これが津波なのだ」と思いながらも、何が起きているのか分からず、ぼうぜんとしています。助けを求める人の声、流されて来た人のうめき声、がれきはどんどん押し流され、水が押し寄せて来たり引いたりするのを数回見ました。その場にいた人たちはパニック状態になり、体の震えが止まらず、お互いに声を掛け、励まし合って落ち着こうとしていました。山の峰伝いに来た人から「袴田、川向は家が全部流された」と聞き、ますます不安になってきました。

夕暮れになったので山を下り、サンヨーソーイングの方へ歩きました。工場内には30人ほど避難していて、電気もつかない暗闇の中、石油ストーブで暖を取っていました。すると、豊間根支所に避難所ができたとの情報が入り、バスで送ってもらいましたが、その避難所も満杯となり、私たちは豊間根の新田集会所へ移ることにしました。大沢、川向の人たちが一緒だったので心強く思い、ここから避難所生活が始まったのです。

最初の夜は、山田、田の浜、大沢と全部で30人ほどでした。余震も続き、皆、命からがら逃れて来た人たちで、顔は青ざめてボーっとしており、無口なまま一睡もせず過ごしたと思います。新田地区の皆さんからは大変親切にいただき、ありがたく、心も癒やされました。朝早くから忙しい中、おにぎりを作り、食事の支援をしてください、大変申し訳なく、感謝の気持ちでいっぱいでした。そこで私たちもお世話になっているだけではなく、皆で話し合い、自分たちの食事は自分たちで作り、各避難所へのおにぎり作りを手伝うことにしたのです。少しずつ仕事もできて笑顔も出るようになり、身体を動かし活動的になり、元気を取り戻すようになったのです。豊間根の避難所に落ち着いてからは、日頃、食生活改善推進員として勉強した事をここで活用しようと思い、先頭に立って皆の健康を考え、自分たちの食事作りを頑張ることにしました。最初は食材が少なく支援物資の缶詰ばかりでした。食欲のない人に何かおいしく食べてもらえるメニューがないか考え、サバの水煮缶を使ってカレーライスを作ったのです（ルーは近所からの頂き物）。これが好評で、「こんな食べ方もあるんだね。おいしい、おいしい」と言って食べてくれたので、私も大変うれしかったです。次はサンマの蒲焼丼です。その時も喜んで食べてくれました。日がたつにつれ、支援物資の食材も徐々に増え、本当にありがたく食事を取ることができました。

このような事をしながら、今度は全壊した自宅を修理改築することになり、夫と2人で毎日豊間根から大沢に通って、1階部分の壁を壊し、残した柱を塩分除去のため水洗いし、乾燥に取り

織笠

Orihasa

3

chapter 3

土煙を上げて流される織笠川流域の集落
(3月11日午後3時23分撮影)
橋浦恒一さん提供



掛かりました。後は大工さんに頼んで修理することになりました。

早いもので、津波から4カ月も過ぎ、7月半ばには石峠仮設住宅に引っ越すことになり、長い間家族のように一緒に生活してきた避難所を出る時は、全員一緒に出ることにしました。別れは本当にづらいものでした。また、お世話になった新田集会所の近隣の皆さんには盛大な送別会をしていただき、いろいろ思い出の詰まったつらい別れとなりましたが、皆様とは今なお親しくお付き合いをさせていただいております。

10月半ばには待ちに待った自宅の修理改築も終わり、自宅に引っ越しをしてうれしいはずなのに、それほどありません。まだ仮設住宅で暮らしている人を思うと、自分だけがもろ手を挙げて喜べないような気持ちがあります。仲の良い友達が遠くに行ってしまったり、いろいろな事があったりして、寂しいばかりです。少し大きな地震があればすぐ避難で、不安な生活をしております。早く防潮堤ができることを願っています。この大震災により、日本国中、世界中の皆様から温かいご支援を頂き、心から感謝いたしております。本当にありがとうございます。

「明日へ向かって」第1集